



Charlando en el hoyo 19

Driver. Después de una larga espera sin torneos, la mayoría de los clubes tendrán al menos un torneo importante de septiembre a diciembre de 2020. Las giras infantiles – juveniles también tendrán algunas etapas en estos meses. La asistencia a las tee de práctica está aumentando. Es notorio el deseo por jugar y competir.



Charlemos sobre temas relacionados con la preparación para una competencia, primero veamos algunos de los errores más comunes entre los amateurs.

- Empezar a tomar clases unas semanas antes del torneo. Los cambios a fondo en la técnica no son recomendables porque no se alcanzan a asimilar en tan poco tiempo. Si decides tomar clases te sugiero que sólo hagas ajustes pequeños, que no alteren la esencia y la naturalidad de tu swing. Tal vez necesites cambios mayores, pero no es el momento para hacerlos. Un profesor experimentado sabrá manejar la situación.

Quienes toman clases con frecuencia, pueden seguir con sus clases. El objetivo técnico es dejar el swing en su punto para la competencia. Esto significa que el swing se haga de forma inconsciente, en piloto automático.

- Tirar muchas bolas. En esta etapa la cantidad de bolas a practicar debe ser menor, pero de mayor calidad, por ejemplo, tirar bolas haciendo la rutina completa, enfocado en el ritmo o variando el objetivo en cada bola.
- Dedicar mucho tiempo al swing completo, en especial al driver. Los jugadores están convencidos de que jugarán bien pegándole más largo a su driver, lo cual es probable, pero no es garantía. Una decisión más inteligente es dedicar más tiempo a entrenar el juego corto (putt, chip, pitch y bunker) por el alto porcentaje de golpes que representan del total de una ronda. Esto no significa que el

driver no sea importante, por supuesto que lo es. Te sugiero que al entrenar el driver sólo pegues 20 o 25 bolas.

- Enfocarse sólo en la técnica. Es bueno mejorar la técnica, pero el juego también incluye las áreas de estrategia, mental y físico. Determina algún aspecto a mejorar de estas áreas.
- El agotamiento físico y mental. Los jugadores hacen en una semana el golf lo que no hicieron en el mes. El caso típico son los niños que participan en la gira infantil – juvenil. En la semana de la gira, asisten a su clínica de martes a jueves, el jueves en la noche todavía siguen tirando bolas. El viernes tienen una ronda de práctica de 18 hoyos. El sábado y domingo se levantan muy temprano porque las salidas son al amanecer. Juegan 18 hoyos. En total esa semana juegan de 63 a 72 hoyos. Es difícil tener una buena ronda el sábado y domingo si el jugador está agotado.

Los jugadores deben administrar su energía con inteligencia. Cada jugador es diferente. Para algunos será benéfico descansar el jueves, para otros el día de práctica tal vez sea sólo recorrer el campo en un carrito o potear en los greens. Si la competencia será en tu campo, tal vez sea mejor descansar el viernes. No hay una receta única.

- Iniciar o aumentar la actividad física. Una o dos semanas antes de una competencia no es momento para iniciar o aumentar un programa de acondicionamiento físico. Si ya estás en uno puedes continuar con él, pero en la semana de la competencia es mejor reducirlo o suspenderlo para guardar energías para los días de competencia. Durante las semanas previas a la competencia se recomienda evitar deportes o actividades de contacto donde el riesgo de lesiones es alto, ya que una lesión te puede dejar fuera de la competencia.

Veamos algunas acciones que se recomiendan en preparación para una competencia:

- Entrenar condiciones similares a la competencia: bolas en mala posición, lies (desniveles), golpes de recuperación y golpes que vayas a usar en el campo donde jugarás el torneo. Puedes hacerlo en la práctica, pero es mejor hacerlo en el campo.
- Jugar el campo en condiciones difíciles. En muchos clubes los directivos tienen la idea de que el campo debe estar difícil para un torneo y piden que así sea. Lo hacen para que el campo se defienda, para que los jugadores de campeonato batallen, para que los o'yes estén difíciles y para que se hable de su campo. La realidad es que los torneos de los clubes no son el abierto de Estados Unidos, y es mejor que el campo este normal, en especial por el ritmo de juego. Te sugiero que practiques el campo en condiciones difíciles: marcas de salida atrás, jugar en la tarde con viento, banderas difíciles y greens rápidos.
- Manejar una expectativa realista de los resultados. Algunos jugadores salen a comerse el campo el día de la competencia, buscando hacer el mejor score de su vida. La realidad es que la mayoría de los jugadores hacen scores más altos en las competencias, porque el campo está más difícil, por ejemplo, los greens están a 10 pies de velocidad, cuando normalmente están a 8.5, y porque la presión es mayor.

De ser posible juega una o dos rondas previas a la competencia como si ya fuera la competencia. Los resultados de estas rondas son la base para establecer una expectativa realista. Si tiras entre 85 y 90, una expectativa realista sería tirar entre 85 y 87.

- Evitar el mulligan y las bolas dadas.
- Jugar con tu golpe y efecto predominante. Si tu golpe natural es el slice, juega con él. No intentes cambiarlo.
- Pulir algunos aspectos básicos de las áreas estrategia y mental. Por ejemplo:
 - o Definir las distancias reales para cada bastón. Las reales, no las que das con tu mejor golpe.
 - o Definir que hoyos jugarás al bogey o el bogey es tu par.
 - o Definir quien será tu caddie y la forma en que quieres que te apoye.
 - o Definir la rutina previa al golpe. Centrarse más en el objetivo, en lugar de los pensamientos sobre el swing, sobre golpes fallados o el resultado.
 - o Mejorar la aceptación cuando fallas un golpe.
 - o Jugar al área segura. La mayoría de los golpes al green no son a la bandera.
 - o No agregar nuevas tonterías o malas decisiones a las que normalmente haces. Al contrario, ahora si juega con la cabeza, es decir toma decisiones inteligentes.
 - o Juega golpes con un alto porcentaje de probabilidad de que funcionen.

La preparación adecuada te permitirá jugar cómodo en la competencia, esto significa conocer tu juego y jugar a un nivel justo dentro de ese límite.

Fierros. Cuando vemos un campo de golf en la tarde antes del oscurecer es como ver un salón de fiestas después de un evento. En el salón podemos encontrar la basura generada por la fiesta, en el campo podemos encontrar los daños que los jugadores y caddies no repararon como las pisadas en los bunkers, los divots en los fairways y las marcas de bola en los greens.

Hablemos de las marcas de bola en los greens. En México decimos reparar los divots en el green, cuando hablamos de reparar la marca que dejó el impacto de la bola en el green. El lenguaje correcto es reparar la marca de la bola. La frase reparar un divot se refiere a reparar el daño hecho por el bastón en el suelo al golpear una bola en un área diferente al green. Recordemos que la traducción de divot es chuleta.



Al atardecer podemos observar con mayor claridad las marcas de bola que no fueron reparadas en los greens. Tristemente encontraremos varias. En la mañana después de que el green ha sido podado las marcas más profundas se notarán como una cicatriz en el green.

Es difícil que un jugador acepte su culpa de que no repara las marcas de bola, porque incluso ha habido a quienes se les ha tomado fotografías y ni aun así lo aceptan.

Tristemente estamos fallando como padres y profesores, prueba de ello es observar un campo de golf en la tarde después del día de práctica previo a la gira. El campo queda como después de una fiesta juvenil.

Nuevamente la solución del problema es la educación de los jugadores. El Club puede hacer una campaña en sus medios de comunicación institucionales para concientizar a los jugadores sobre la importancia de reparar las marcas de bola. Los jugadores deben reparar la marca de su bola e invitar a sus compañeros a hacerlo. El Marshal debe supervisar que los jugadores y caddies lo hagan. No creo que los jugadores sientan que si no lo hacen el Marshal los amoneste, porque el Marshal en general no cumple con esta responsabilidad, simple y sencillamente porque el profesional responsable no se lo exige.

Un jugador tiene dos buenos motivos para reparar sus marcas de bola. Uno es la satisfacción de haber llegado al green con un buen golpe. El segundo motivo es que estás contribuyendo a conservar en buen estado uno de los activos más importantes de tu Club. Al reparar la marca de bola estás diciendo soy un jugador consumado y además entiendo y aplico la etiqueta del juego

La forma de reparar las marcas de bola, puede hacer la diferencia en la conservación y recuperación del pasto. La USGA publicó el siguiente video al respecto:

https://www.youtube.com/watch?v=JB_xx3NrmV4

Te invito a reparar tu marca de bola, y a aplicar la segunda milla, reparando una segunda marca.

Putts. Cada Club tiene sus formas de apoyar a su personal. Conocí un Club que tiene un profesor de planta para asesorar a los empleados que desean estudiar la preparatoria abierta. Es una iniciativa que ha hecho la diferencia en la vida de muchas personas. **FORE.**

Mateo Melgar Ochoa – Profesional de golf

www.handy.golf

mateomelgar1969@hotmail.com